Alexandru-Bradut Ulmanu – De joi până joi

The popular media often depict human evolution as a march of progress – heading toward tall, big-brained modern humans. But a study of bones from 163 early and recent members of Homo, reported în tomorrow's issue of Nature, suggests that the march of progress has had some reversals: Our bodies and brains have gotten smaller lately, not bigger. (Academic Press Daily Inăcight, 7 mai 1997)

Joi, la ora 6.02 dimineaţa, Martin Bărăni se hotărî să ţină cont de faptul ca ceasul sunase cu două minute mai devreme, se rostogoli cu greutate la marginea patului, reuşi cu oarece eforturi să ia poziţia şezut, îşi strecura anevoie labele umflate în papucii îmblăniţi şi, cu un icnet, se ridica pe cele două picioare. Din câţiva paşi târşiiţi ajunse la uşa băii, o deschise gâfâind, aprinse lumina, se posta în faţa oglinzii şi spuse, răguşit:

— Doamne, sunt obez!

Martin Bărăni nu era primul care îi spunea lui Martin Bărăni că e obez. Dar era prima dată când lua aceste vorbe cu adevărat în serios. Până atunci, nu făcuse decât să râdă, sportiv, la aluziile, ironiile şi glumele colegilor şi să zâmbească îngăduitor atunci când mama sa îi spunea că e păcat de un bărbat aşa frumos ca el şi că ar trebui să mai salabeasca puţin.

Puţin? Martin se contempla în oglindă. În ultimii patru-cinci ani se îngrăşase enorm. Guşa dubla îi anula aproape complet bărbia, ochii înconjuraţi de grăsime păreau că stau mereu mijiţi, pe piept tronau două ţâţe pe care şi le-ar fi dorit, probabil, orice porno-star, mijlocul îi era înconjurat de un brâu de grăsime celulitoasa de forma unui con retezat, iar penisul parca se retrăsese, timid, între pliurile din partea inferioară a bazinului. La toate acestea se adăugau un fund ca două cimpoaie pline cu apa, picioarele ca nişte butuci gelatinoşi şi două braţe pe care de multă vreme nu şi le mai putea ţine aliniate pe lângă corp.

Poate ca revelaţia lui Martin privind adevărata dimensiune a obezităţii sale se datora doar întâmplării ca, în cadrul operaţiunii complicate a ridicării din pat, îi căzuse halatul, ceea ce îi oferise ocazia de a se privi în oglinda complet gol, aşa cum nu o mai făcuse de multă vreme. Dar asta nu avea nicio importantă. Ceea ce conta era că trebuia, într-adevăr, să slăbească.

Contrar a ceea ce pot crede unii, Martin Bărăni era un tip

hotărât, ambiţios şi ordonat. Ştiuse întotdeauna ce vrea de la viaţă şi era un om de succes. Era inginer proiectant şi nu ajunsese degeaba şef de lucrări. Voia ca lucrurile să îi iasă întotdeauna din prima şi de obicei aşa se întâmpla. Când lucra, cântărea întotdeauna de la bun început toate variantele posibile, o alegea pe cea mai bună şi aproape niciodată nu era silit să refacă planşele. Cât despre viaţa sentimentala, deocamdată nu era preocupat deloc de acest aspect. Sau poate…

Sau poate că revelaţia lui Martin privind adevărata dimensiune a obezităţii sale nu se datora numai întâlnirii întâmplătoare dintre oglinda şi trupul său neînhălătit. Poate avea de-a face, într-o anumită măsură, şi cu Laura, noua colegă de birou. Poate că înfăţişarea şi inteligenţa Laurei îi treziseră anumite dorinţe, declanşaseră anumite procese imposibil de anihilat de unul sau mai multe straturi de grăsime. Poate ca subconştientul lui Martin, la fel de hotărât şi de calculat ca şi conştientul său, decisese ca singurul mod în care bărbatul Martin ar fi avut vreo şansă cu femeia Laura era sa slăbească. Poate. Dar asta are mai puţina importanta.

Ceea ce contează este ca Martin se hotărî să slăbească. Şi, bineînţeles, acţiona în modul sau obişnuit. Se puse pe studiat diverse metode, însă nu se avânta sa încerce vreuna până nu aduna destule date. Iar datele adunate îi permiseră să adopte cea mai bună strategie.

La 1,84 m, era destul de înalt. La 162 de kilograme, era destul de gras, chiar şi pentru un obez, îşi spuse Martin. Se supuse unor controale medicale, care îi certificară ca starea sa nu se datora unor glande aiurea, ci modului dezordonat de viaţă şi, implicit, de alimentaţie. Adică, ce mai tura-vura, era omul cel mai pofticios, cel mai lacom şi care mânca la cele mai nepotrivite ore (de fapt erau puţine orele când nu mânca) dintre toate persoanele pe care le cunoştea şi, de ce să nu admitem, dintre toate persoanele pe care le cunoşteau persoanele pe care le cunoştea.

După 27 de zile de cercetări, timp în care îşi acorda libertatea de a continua sa trăiască şi să mănânce ca şi până atunci, Martin se hotărî, în sfârşit, asupra unei metode de a slăbi. Una care să fie eficienta, pe cât posibil ireversibila şi să nu-i pună în pericol sănătatea.

Astfel ca, în cea de-a 28-a zi de la revelaţie, Martin Bărăni începu un regim nu foarte strict. Mânca de trei ori pe zi: la 8.00, la 13.00 şi la 17.45, având grijă să nu pună în gura altceva decât ceai neîndulcit după ora 18.00. La început nu-şi impuse niciun fel de limite cantitative.

Mânca şi bău atâta cât voia, dar fără prăjeala, grăsime, alcool, zahăr şi sare.

În plus, începu să facă exerciţii fizice. La început, foarte simple, constând în mişcări ale trunchiului şi braţelor, care îl extenuau în aproximativ 50 de secunde. În prima zi reuşi, totuşi, să exerseze un minut întreg şi hotărî să mărească zilnic timpul afectat acestei corvezi cu 30 de secunde, ceea ce şi făcu. Astfel, după o săptămână, exersa cam patru minute şi jumătate şi reuşea să obosească abia după două minute şi douăzeci de secunde. În decursul acelei săptămâni nu slabi niciun gram. Dar nu se descuraja. Ştia că metoda pe care o alesese pentru a slăbi era lenta.

La o lună de la începerea regimului, slăbise 30 de grame. După încă o lună, mai slabi un kilogram. În următoarele cinci luni slabi încă cinci kilograme. Apoi începu să dea jos, în mod constant, cam două kilograme pe lună.

Aşa se face că, la un an de la începerea regimului, avea 146 de kilograme, ceea ce înseamnă că scăpase de 16. Nu era spectaculos, dar nici puţin. Între timp, Laura plecase din firma, iar Martin nu mai ştia nimic de ea. Dar asta nu era o problemă. Oricum, motivaţia lui era mult mai profunda şi, de altfel, la orizont apăruse Claudia, care o înlocuise rapid pe Laura ca personaj principal în fanteziile erotice pe care începuse Martin să le aibă.

Până una-alta, Martin, pentru care exerciţiile fizice erau în continuare un supliciu, îşi cumpără un aparat ea sy-stepper prin intermediul unui canal TV de shopping. Asta îi permise să ţopăie, oarecum plăcut, sau cel puţin mai puţin obositor, vreme de 15 minute pe zi.

Bătutul pasului pe loc, cocoţat pe stepper şi alimentaţia raţională pe care şi-o impusese cam de un an şi jumătate se dovediră fructuoase. Începu să dea jos cam trei kilograme pe lună, ceea ce înseamnă ca, după încă un an, ajunse la 110 kilograme.

De acum, aspectul sau fizic se schimbase dramatic. Nu se mai putea spune despre Martin că era obez, aşa ca nici el nu-şi mai zicea astfel, în faţa oglinzii. Procesul lent de slăbire făcuse ca pielea sa nu rămână agăţată lăbărţat de trup, cum se întâmplă cu unii graşi care slăbesc rapid. Şi, bineînţeles, Martin nu se mai ridica cu greutate din pat, nu mai sufla greu, se simţea mai sănătos şi, firește, mai uşor. În anul care trecuse, Claudia se măritase cu un fost coleg de facultate, dar

în viaţa lui Martin apărură alte femei. Şi nu numai ca apărură, pentru ca, la 110 kilograme (în scădere), Martin putea fi considerat un bărbat bine, puţin cam plinuţ. Totuşi, deşi avu parte de câteva apropouri discrete şi chiar de unele propuneri de-a dreptul deschise, Martin se hotărî să aştepte cu debutul vieţii sexuale până în momentul în care avea să fie pe deplin mulţumit de înfăţişarea sa.

Ceea ce se întâmplă peste încă un an, când atinse, sau, mai bine zis scăzu până la greutatea de 74 de kilograme. Martin exersa zilnic, cu plăcere, cam o oră, mergea cu pas vioi şi rupea inima multor femei. Îşi permitea chiar să mai mănânce câte un dulce, să mai bea câte o bere, fără consecinţe pe cântar. Şi, deşi nu mai ţinea regim, îşi păstra, aproape fără să-şi dea seama, obiceiurile gastronomice din ultimii trei ani. Nu mânca prea mult, pentru că se satura foarte repede (deh, i se strâmtase matul), nu făcea exces de grăsime şi prăjeala, se aşeză la masa la ore regulate, de trei ori pe zi. Colegii şi prietenii îl priveau ca pe un fenomen, iar mama sa nu-şi mai încăpea în piele de mândrie. Ba chiar îl îndemna: „Mai pune, mămica, un pic pe tine, ca prea eşti slab".

Când ajunse la 70 de kilograme (ceea ce nu îşi planificase), se hotărî că ar fi bine să se mai îngraşe puţin, aşa ca mari raţia de ciocolata şi îşi muta masa de seară la ora nouă.

Constata însă cu îngrijorare ca în următoarea luna scăzuse la 67 de kilograme. Deja începuse să devină prea slab pentru gustul femeilor. Îşi concepu un regim de îngrăşare, bazat pe multă grăsime, mult zahăr şi multă prăjeala şi suprima ora de exerciţii fizice. Cu toate acestea, atunci când mânca prea mult i se făcea rău şi vomita, deşi altfel se simţea foarte bine. Medicii care îl consultară îi spuseră că nu era bolnav, astfel ca, atunci când, după încă o lună, constată că mai dăduse jos trei kilograme, intra în panică.

La 64 de kilograme ar fi trebuit să fie de-a dreptul anorexic, să leşine pe stradă, să aibă stomacul lipit de spinare şi să i se vadă, pregnant reliefate, cam toate oasele din corp. Totuşi, Martin avea în continuare un fizic armonios şi se simţea absolut perfect.

Gândul care îl străfulgeră într-o după-amiază însorită, de primăvară, în timp ce se întorcea de la serviciu, îi dădu palpitaţii şi îl făcu să tremure. Nu ca urmare a vreunei slăbiciuni fizice (deşi era, după cum am arătat, foarte slab), ci din cauza grozăviei care îi trecuse prin minte.

Ajunse în fuga până acasă şi se măsură. Scăzuse mai mult de 10

centimetri în înălţime.

În cele două săptămâni care urmară, Martin citi cărţi şi tratate de medicina, vizita mai mulţi doctori şi se supuse unor controale amănunţite. Câţiva doctori îi propuseră să se interneze. I se spuse, pe rând, că e suspect de osteoporoza, adenocarcinom endometrial şi alte câteva maladii care sunau foarte complicat. I se prescrise calciu, apoi o serie de alte medicamente şi substanţe care lui Martin îi sunau de-a dreptul suspect. Realiza rapid ca habar nu aveau cum să-l trateze şi ca, de fapt, erau doar foarte interesaţi să studieze un caz neobişnuit. Astfel ca renunţa să mai frecventeze clinicile, îşi lua concediu de la serviciu (conştient fiind că nu mai putea da acelaşi randament la lucru cu problemele pe care le avea) şi pleca la munte, la o căsuţă pe care un prieten avusese amabilitatea sa i-o pună la dispoziţie.

Martin era din ce în ce mai mic. În ultimul an, descrescuse în ritm din ce în ce mai alert, astfel ca acum avea vreo trei sau patru kilograme şi 30 de centimetri. Abandonase de mult căsuţa de la munte a prietenului sau şi îşi construise un fel de coteţ, pe o culme împădurită, unde existau puţine şanse să-l găsească cineva. Se hrănea cu fructe de pădure, ciuperci, licheni şi câte o păsărică, atunci când reuşea să prindă vreuna cu ajutorul capcanelor rudimentare pe care le construise. „Am devenit omuleţul pădurii", îşi spunea el, cu amara auto-ironie.

Nu avea ceea ce oamenii obişnuiţi numesc preocupări intelectuale. Trăia pur şi simplu, în sânul naturii şi constată că îi plăcea aceasta noua viaţă. Simţurile i se ascuţiseră. Aşa se face că simţea de la o poştă mirosul animalelor de prada şi reuşea să evite întâlniri periculoase. Totuşi, fusese cât pe-aci să fie mâncat de un urs, însă reuşise să ajungă la timp la micuţa lui locuinţa şi să îndepărteze fiara cu o făclie aprinsa.

Peste încă şase luni, avea cam un kil jumate şi 15 – 20 de centimetri, dar de mult nu îl mai preocupa acest lucru. Renunţase de ceva vreme să-şi mai monitorizeze greutatea şi înălţimea. Se cocota din ce în ce mai greu pe scaunul cioplit chiar de el, astfel ca trebui să-şi încropească un nou set de mobilier. Lucru ce se dovedi destul de anevoios, pentru ca abia mai putea mânui briceagul, care i se părea cât o bazuka.

Dar asta nu era decât un inconvenient minor, pentru ca Martin se simţea mai bine ca niciodată. Sensibilitatea i se dezvoltase intr atât,

încât natura era, pentru el, un concert perfect inteligibil de şoapte, senzaţii şi feromoni.

Martin era înalt de un centimetru şi se micşora, în continuare, văzând cu ochii. După o luptă hidoasa cu o furnica şi de spaima pasărelelor care îl puteau ciuguli în orice clipă, se hotărâse să se baricadeze în micul adăpost de pământ întărit cu aşchii de lemn pe care şi-l construise. Era o zi de joi, dar Martin nu ştia acest lucru lipsit de importanta.

După alte câteva ore, dispăru complet. Existenta lui fizica încetase. Dar Martin era cât se poate de viu. O conştiinţă în deplina armonie cu natura. Se hotărî să pornească în explorarea universului, nu înainte de a fi străbătut de un ultim gând lumesc:

„Fir-ar să fie, am vrut doar să slăbesc”.